



# H30.3月の給食献立表



学校法人 上松学園 カオル幼稚園

日にち	曜日	献立名	主な食材料			栄養素量			
			熱や力になるもの (きいろ)	肉や骨をつくるもの (あか)	体の調子を整えるもの (みどり)	エネルギー	たんぱく質	脂質	食塩
1	木	<ひまわりぐみリクエストこんだて> ・てまきずし ・やきにく&たまごやき ・コーンサラダ ・オニオンスープ ・ぶどうゼリー	ごはん、すし酢、油、砂糖、しょうゆ、マヨネーズ、鶏がらだし、ゼリー	のり、豚肉、鶏卵、ハム、ウインナー	コーン、キャベツ、玉ねぎ、にんじん、えのき	447kcal	15.0g	15.5g	1.5g
2	金	<あやめぐみリクエストこんだて> ・パン ・ハンバーグ ・マカロニサラダ ・きのこスープ ・ゆきみだいふく	パン、片栗粉、ケチャップ、マカロニ、マヨネーズ、油、鶏がらだし、プチアイス	豚肉、豆腐、ベーコン	玉ねぎ、にんじん、きゅうり、コーン、えのき、しめじ、しいたけ、大根	438kcal	17.1g	18.1g	1.3g

※食材によって、献立が変わることがあります。  
 ※アレルギーのお子様には、除去食・代替食を提供させていただきます。  
 ※上記の栄養素量には、牛乳(100ml)を含んでおりません。

<牛乳の栄養素量>  
 エネルギー: 67Kcal  
 たんぱく質: 3.3g  
 脂質: 3.8g  
 食塩: 0.1g

<目標栄養素量(牛乳を除く)>  
 エネルギー: 440Kcal  
 たんぱく質: 16g  
 脂質: 13g  
 食塩: 1.6g

早くも今年度最後の全員給食となりました。カオル幼稚園のお友達と過ごす給食の時間が楽しい思い出となっていただければ嬉しいです。最後まで完食率アップを期待しています。

